

СТАТЬ ЖЕНЩИНОЙ... СТАТЬ МУЖЧИНОЙ...

2



Бесплатно

Вопросы молодежи Кыргызстана
о девственности и браке
и ответы на них

юнисеф  

Многое изменилось в Кыргызстане с момента провозглашения независимости, в том числе и в области полового и репродуктивного здоровья. Отмечается значительный прогресс в программах по планированию семьи, а также по половому и репродуктивному здоровью и правам. Однако в большей мере они нацелены на взрослое население и медицинских работников.

Молодые люди и подростки оказались наиболее уязвимой группой. В быстро меняющемся социальном климате вопросы сексуальности и сексуальных отношений для них стали наиболее очевидными и востребованными. Газеты и другие СМИ для некоторых стали единственным источником информации, которая зачастую недостаточна и ненадежна, и не удовлетворяет потребности молодых людей. Недавно проведенные исследования в Кыргызстане показали, что большинство молодых людей не имеет достаточно информации о процессе взросления, о вопросах, касающихся репродуктивного здоровья (включая болезни, передающиеся половым путем, ВИЧ/СПИД), а также о наркотиках, табаке и алкоголе.

В связи с этим возникла острая необходимость поиска эффективных путей информирования молодежи и подростков доступным и понятным языком.

В ответ на эту ситуацию была подготовлена серия брошюр. Они были разработаны для того, чтобы «вооружить» молодых людей необходимыми знаниями и жизненными навыками для принятия ответственных решений, касающихся их репродуктивного здоровья.

Вопросы, которые опубликованы в брошюрах, исходят от подростков и молодых людей в возрасте 13-20 лет. Они были получены в результате опроса, проведенного весной 2003 года по всем регионам Кыргызстана (как в сельской, так и в городской местности). Пожалуйста, обратите внимание на тот факт, что НИ ОДИН из вопросов не был придуман взрослыми.

Брошюры были разработаны командой ученых - представителей общественных наук, врачей и других специалистов. Подростки были вовлечены на каждой стадии разработки брошюр (сбор вопросов, составление брошюр, иллюстрирование и предварительное тестирование). Посредством этих брошюр мы сделаем вклад в здоровье следующего поколения.

1. Почему у девушек бывает менструальный цикл?	3
2. Во сколько лет начинается менструация?	3
3. Как избавиться от месячных?	3
4. Как проходит менструальный цикл и почему бывают обильные месячные?	4
5. Почему у некоторых девушек месячные приходят нерегулярно?	5
6. Куда нужно класть тампон?	6
7. Можно ли определить, что у девушки идет менструация?	6
8. Почему, когда у девушки месячные, она себя странно ведет?	7
9. Какова судьба девушек, у которых нет менструации?	7
10. Можно ли забеременеть до менструации, во время и после нее?	7
11. Если у меня критические дни, а парень приглашает на вечеринку, стоит ли мне говорить ему об этом?	8
12. Как можно потерять девственность, кроме полового контакта?	8
13. Возможно ли, что с рождения не бывает девственности?	9
14. Можно ли порвать девственную плеву, пользуясь тампонами?	9
15. Терять девственность - это больно?	9
16. Может ли парень определить, девственница ли девушка, и можно ли узнать, девственник ли парень?	10
17. Как сказать родителям, что ты уже не девственница?	10
18. Почему девушке нельзя заниматься сексом до замужества, а парню можно?	11
19. Можно ли восстановить девственность?	11
20. Почему у нас в Кыргызстане, если девушка не девственница, то ее не берут замуж?	11
21. Когда можно выходить замуж?	12
22. Почему не женятся на женщинах после 30 лет?	12
23. Почему нельзя жениться на девушке старше себя?	13
24. Можно ли вообще не выходить замуж или это обязательно?	13
25. Почему девушка не может выйти замуж по своей воле?	13
26. Можно ли подать в суд за кражу невесты?	14
27. Что должна делать девушка в первую брачную ночь?	14
28. Можно ли иметь половые отношения вне семьи?	15
29. Почему мужчины бросают первую жену и начинают ходить с другой?	15
30. Когда родственники женятся друг на друге, рождаются ли их дети инвалидами?	16
31. Нужно ли согласие партнерши, чтобы завести ребенка?	16

1. Почему у девушек бывает менструальный цикл?

Менструальный цикл - это промежуток времени от первого дня менструации до первого дня следующих месячных. В норме он составляет не менее 21 дня и не более 35 дней, в среднем - 28 дней. В начале цикла под влиянием половых гормонов в матке происходит нарастание внутреннего слоя (эндометрия). Если девушка беременеет, то плодное яйцо прикрепляется к этому слою и получает от него питание, если беременность не наступает, то оно отторгается, что проявляется ежемесячными кровотечениями - менструациями (месячными). В состав менструальных выделений входит кровь, поэтому месячные имеют красный цвет. Эти гормоны вырабатываются в яичниках. Но в возрасте 45 лет и старше постепенно прекращается выработка гормонов, в результате чего у женщин прекращаются менструации. Мужчины не менструируют, потому что половая система мужчин устроена совершенно иначе, у них другие половые органы и гормоны.

2. Во сколько лет начинается менструация?

Обычно первая менструация у девочек приходит в 10-13 лет. Отсутствие первой менструации у девочек 16 лет и старше может явиться проявлением какого-нибудь заболевания или недостаточного питания, поэтому в таких случаях нужно обратиться к врачу. Очень редко месячные могут начаться раньше 8 лет, это также требует консультации специалиста.

3. Как избавиться от месячных?

Избавляться от них не нужно. Наступление месячных у девушек означает, что с этого момента она может стать мате-

рью, и этой способностью можно гордиться. Сейчас существует очень много гигиенических средств (прокладки, тампоны), которые помогают более комфортно перенести этот период, а соблюдение правил личной гигиены (душ и подмывание половых органов) еще более облегчают это время. Если месячные идут более 7 дней, обратись за консультацией к врачу.

4. Как проходит менструальный цикл и почему бывают обильные месячные?

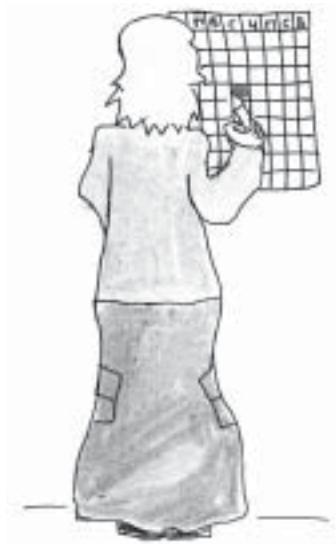
В первые 4-7 дней менструального цикла идет менструация. С 5 дня начинает развиваться яйцеклетка. С 7 по 11 день нарастает внутренний слой матки. На 11-14 день происходит выброс яйцеклетки из яичника (овуляция). С 14 по 21 день яйцеклетка продвигается по маточным трубам в сторону матки. Если яйцеклетка соединилась со сперматозоидом (оплодотворение), то плодное яйцо на 21-28 день начинает прикрепляться к внутреннему слою матки. Если беременность не наступила, опять начинается менструация.

За время всей менструации (3-7 дней) женщина теряет обычно 40-80 мл крови. Небольшое недомогание, тяжесть внизу живота или в пояснице во время менструации - явление нормальное и бояться этого не надо. Если боли сильные, то лучше обратиться к врачу, чтобы он выяснил причину болей и, если необходимо, назначил обезболивающие препараты. Существуют мифы, что с началом половой жизни или после родов боли могут прекратиться, но надо знать, что это неправда.



5. Почему у некоторых девушек месячные приходят нерегулярно?

Как уже говорилось, промежуток времени от первого дня менструации до следующего первого дня называется менструальным циклом. В норме - цикл не короче 21 дня и не длиннее 35. Так что, если месячные пришли 1-го числа, а потом 22 или 27 числа этого месяца, или 4 числа следующего месяца - все это нормально. Как правило, менструальный цикл устанавливается до 16-17 лет. Если у вас нерегулярный цикл, обратитесь к врачу, чтобы выяснить причину нарушений и получить лечение.



6. Куда нужно класть тампон?

Гигиенические тампоны очень надежно защищают девушек во время месячных. Тампон вставляется во влагалище, поскольку туда поступают менструальные выделения из матки. В целях гигиены нужно менять его каждые 6-8 часов, только не забывай предварительно помыть руки. Даже девственницам можно использовать гигиенические тампоны, т.к. в девственной плеве есть отверстия. Во время менструации плева становится более мягкой и эластичной, так что если аккуратно вводить тампон, то все закончится безболезненно, и плева останется невредимой.

7. Можно ли определить, что у девушки идет менструация?



Определить, идет ли у девушки менструация по внешнему виду или запаху, скорее всего, невозможно и, в принципе, не нужно. А если сильно интересно и если это тебе действительно нужно, то лучше спросить.

Но какова будет реакция девушки на такой вопрос, предсказать трудно...

8. Почему, когда у девушки месячные, она странно себя ведет?

У некоторых девушек и женщин за несколько дней до или во время месячных появляется раздражительность, плакси-



вость, слабость, агрессивность и повышенная чувствительность к запахам. Это результат гормональных и биохимических изменений, происходящих в организме женщины. Так что, эти явления совершенно нормальны. И если у твоей подруги ты замечаешь подобные симптомы перед месячными, то постарайся отнестись к этому с пониманием.

9. Какова судьба девушек, у которых нет менструации?

Если у девушки старше 16 лет ни разу в жизни не было менструации, то лучше обратиться к врачу для обследования. Если же девушка имеет сексуальные контакты, то, в первую очередь, нужно исключить беременность. Если беременность исключена, то необходимо обследование, чтобы выяснить причину отсутствия месячных.

10. Можно ли забеременеть до менструации, во время и после нее?

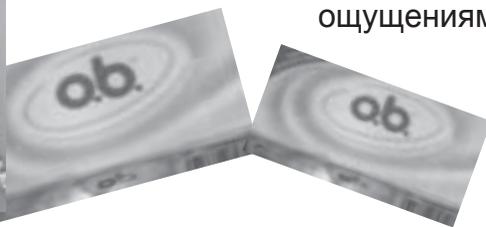
Во время всего менструального цикла в организме женщины происходят изменения, в результате которых развивается и растет яйцеклетка, при ее созревании есть вероятность забеременеть (если живешь половой жизнью). Обычно это происходит за 12-14 дней до начала очередной менструации. Это самый благоприятный период для зачатия, но если беремен-

ность нежелательна, то необходимо предохраняться. В редких случаях, когда цикл неустановившийся или меньше 21 дня, беременность может наступить и во время менструации.

11. Если у меня критические дни, а парень приглашает на вечеринку, стоит ли мне говорить ему об этом?



Месячные, как правило, не являются помехой для вечеринок, особенно, если не живешь половой жизнью. Говорить или нет своему парню о своих «критических днях», решай сама. Секс во время менструации возможен, но это не гигиенично и не очень приятно, особенно, если месячные сопровождаются неприятными, болезненными ощущениями.



12. Как можно потерять девственность, кроме полового контакта?

Девственная плева, ограничивающая у девственниц вход во влагалище, имеет эластичные мышечные волокна. Потерять девственность (нарушить плеву) можно при непосредственном проникновении во влагалище (как правило, это происходит при проникновении полового члена). Кроме того, по-

вредить девственную плеву можно при травме половых органов во время удара или при падении. При занятии спортом девственная плева может растягиваться за счет эластичных волокон, но лишиться девственности, катаясь на велосипеде или занимаясь другими видами спорта, невозможно.

13. Возможно ли, что с рождения не бывает девственности?

Иногда бывает, что девочки рождаются без девственной плевы, но чаще она настолько растяжима, что при первом половом акте может и не быть боли и крови. Существует миф, что девочки, рожденные в пятницу, рождаются без девственной плевы. Но наличие или отсутствие девственной плевы не зависит от дня или места рождения, и если кто-то утверждает обратное - не верь.

14. Можно ли порвать девственную плеву, пользуясь тампонами?

В девственной плеве есть отверстия, через которые можно ввести гигиенический тампон. Во время месячных это делать легче, потому что плева становится более эластичной и растяжимой. Для девушек, не живущих половой жизнью, лучше использовать тампоны маленького размера (обычно на упаковках указывается «мини» или «нормал»).

15. Терять девственность - это больно?

В толще девственной плевы проходят нервы. Поэтому, возможно, девушки (но не все) будут испытывать некоторый дискомфорт при первом половом контакте. Если половой партнер сумеет достаточно хорошо возбудить партнершу, и она

попытается расслабиться и успокоиться, то контакт будет менее болезненным.

16. Может ли парень определить, девственница ли девушка, и можно ли узнать, девственник ли парень?



Узнать, девственница девушка или нет - ни по походке, ни по поведению нельзя. Даже при первом половом контакте можно ошибиться, т.к. девственная плева иногда сильно растяжима и не повреждается, поэтому крови может и не быть. Определить целостность девственной плевы может только специалист при непосредственном осмотре половых органов.

Что касается парней, то определить, девственник он или нет, практически невозможно. Остается только верить на слово.

17. Как сказать родителям, что ты уже не девственница?

Все зависит от того, насколько ты доверяешь своим родителям. Если ты потеряла девственность по взаимному согласию со своим парнем и хочешь, чтобы родители знали об этом, лучше подготовиться к разговору заранее: представить себе реакцию родителей, подготовить тактику поведения и аргументы. Возможно, реакция твоих родителей будет не та, которую ты

ожидаешь. Но факт того, что ты им уже доверилась, поможет построить положительный диалог. Если же причиной потери девственности стало изнасилование, то сказать об этом родителям или близкому взрослому необходимо, так как они смогут помочь.

18. Почему девушке нельзя заниматься сексом до замужества, а парню можно?

В нашем обществе бытует мнение, что мужчина имеет больше свободы, чем женщина. На эту ситуацию также влияют национальные и религиозные традиции. Возможно, это связано с тем, что именно у девушки есть вероятность забеременеть (в отличие от парня) и столкнуться с трудностями матери-одиночки. Если же ваши чувства достаточно прочны, вы делаете осознанный выбор и готовы нести ответственность, то секс будет естественным продолжением ваших чувств. Но все же следует предохраняться от нежелательной беременности и болезней, передающихся половым путем.

19. Можно ли восстановить девственность?

Да, можно. Это делается только специалистом в клинике. Другой вопрос, что является мотивом к восстановлению девственной плевы? Ведь если парень любит по-настоящему, то вопрос девственности будет ему, скорее всего, безразличен.

20. Почему у нас в Кыргызстане, если девушка не девственница, то ее не берут замуж?

Некоторые мужчины предпочитают вступать в брак с девицами. Это происходит по нескольким причинам: во-первых, это может быть проявлением религиозных чувств; во-вторых, нежелание жить с женщиной, у которой, возможно, были другие мужчи-

ны; в-третьих, мужчина может думать, что жена будет сравнивать его со своими бывшими любовниками, и это сравнение может быть не в его пользу. Сейчас для многих эта проблема не стоит так остро. Лучше обсудить этот вопрос со своим будущим мужем заранее. И если он тебя любит, то отсутствие этой маленькой детали не будет помехой вашему счастью.

21. Когда можно выходить замуж?



По законодательству нашей республики брак возможен с 18 лет. Но прежде чем вступить в брак, задай себе вопрос: готов ли ты к этому физически, морально и материально (есть ли у тебя деньги и хорошее образование, чтобы ты мог обеспечивать свою семью)? В особых случаях брак может быть зарегистрирован с 17 лет (обычно это беременность) с разрешения органов местного самоуправления. Девушка, выходящая замуж и планирующая беременность в юном возрасте, рискует не только своим здоровьем, но и жизнью. Беременность в раннем возрасте часто протекает со значительными осложнениями.

22. Почему не женятся на женщинах после 30 лет?

В основном, все браки заключаются в возрасте до 30 лет, потому что после 20 лет люди чувствуют себя готовыми для брака, а до 30 лет - самое благоприятное время для того, чтобы родить ребенка. Но и после этого возраста люди женятся. Самое главное - чувства и желание строить жизнь вместе.



23. Почему нельзя жениться на девушке старше себя?

Просто считается, что муж должен быть старше своей жены, но это не закон. Разница в возрасте, когда любишь, значения не имеет. Жениться можно, если сильно хочется, при любой разнице в возрасте. Но нужно иметь в виду, что у сверстников больше взаимных интересов, взаимопонимания и общих друзей.



24. Можно ли вообще не выходить замуж или это обязательно?

Живешь ли ты одна или со своим спутником жизни, в каждом случае есть и положительные стороны, и отрицательные. Но рано или поздно у каждого человека возникает чувство, когда он (она) не хочет быть один (одна) и готов(а) разделить свою жизнь с близким человеком. Поэтому большинство людей выходят замуж (женятся), но не существует закона, который обязывал бы каждого человека вступать в брак.

25. Почему девушка не может выйти замуж по своей воле?

Каждая девушка, по закону, может и должна выходить замуж по своей воле, и никто - ни родственники, ни родители - не вправе заставить ее жить с нелюбимым человеком. В законодательстве Кыргызстана существует статья «О принуждении женщины к вступлению в брак», это деяние является уго-

ловно наказуемым. Но, к сожалению, в нашем обществе до сих пор существует такое явление, как воровство невесты. Если тебя украли и пригрозили, то в отношении этих людей можно возбудить уголовное дело не только по факту принуждения к замужеству, но и по статье «О похищении человека». Если же родители вынуждают выйти замуж за нелюбимого, то постарайтесь откровенно поговорить с родителями, и, возможно, они прислушаются к вам.

26. Можно ли подать в суд за кражу невесты?

Да, можно, и не бойся, что кто-то тебя осудит. По закону ты имеешь право подать заявление в милицию, где за кражу невесты могут возбудить уголовное дело по двум статьям Уголовного Кодекса Кыргызской Республики «О принуждении женщины к вступлению в брак» и «О похищении человека». Если тебе нужна поддержка близких, посоветуйся с родителями или с другими взрослыми.



27. Что должна делать девушка в первую брачную ночь?

Первая брачная ночь - это особенная ночь для вас обоих. Обсудите, хотите ли вы заводить детей сразу, и если нет, то подумайте о средствах защиты. Решите, в какой обстановке она будет проходить (желательно, чтобы это было уединенное спокойное



место, и вокруг не суетились сочувствующие родственники). Все остальное вам подскажет ваша любовь. А если в первую брачную ночь получилось не все так, как вы мечтали, не переживайте, впереди у вас целая жизнь.

28. Можно ли иметь половые отношения вне семьи?

В плане физиологии любой человек может иметь нескольких партнеров, независимо от его семейного положения. Однако у него повышается риск заражения болезнями, передающимися половым путем, и риск нежелательной беременности. Если же рассматривать моральную сторону, то однозначно ответить невозможно. Ведь вступая в брак, человек берет на себя обязательства перед супругом, семьей и обществом, а измена всегда считалась предательством. Прежде чем сделать подобный шаг, человек должен взвесить и осознать все его последствия.

29. Почему мужчины бросают первую жену и начинают ходить с другой?



Это происходит по разным причинам: возможно «остывают» прежние чувства, не оправдались ожидания по отношению друг к другу или сам человек может быть недостаточно ответственным.



30. Когда родственники женятся друг на друге, рождаются ли их дети инвалидами?

У близких родственников наследственные признаки одинаковые – как хорошие, так и плохие. При браке между родственниками одинаковые плохие признаки обоих родителей передаются детям, проявляясь каким-либо заболеванием (и как следствие - инвалидность). У женщин, состоящих в близкородственном браке, чаще случаются выкидыши и риск рождения больного ребенка.

31. Нужно ли согласие партнерши, чтобы завести ребенка?

Планирование ребенка - это очень ответственный шаг для обоих партнеров. Нужно не только взаимное согласие, но и моральная, материальная готовность и физическое здоровье. Так как именно «партнерша» вынашивает и выкармливает твоего ребенка, конечно, лучше предупредить ее о своих намерениях заранее.



Слова признательности

Мы бы хотели выразить благодарность всем подросткам, вовлеченным в подготовку этих брошюр, за их ценный вклад и активное участие в сборе информации. Среди них волонтеры Альянса по Репродуктивному Здоровью Кыргызстана из всех регионов страны, волонтеры Информационного Центра «Рейнбоу» в г. Ош.

Благодарим подростков за то, что поделились с нами своими вопросами и проблемами, на основе которых и созданы эти брошюры.

Особая благодарность г-же Галине Чиркиной - Исполнительному Директору Альянса по Репродуктивному Здоровью Кыргызстана - за её поддержку и руководство во время всего процесса разработки брошюр. Также слова признательности адресуются руководству Информационного Центра «Рейнбоу» в г. Ош за их ценный вклад.

Благодарим Нагорную Надю и Жунушбекову Нурию, которые иллюстрировали брошюры рисунками (Надя) и фотографиями (Нурия).

Все те люди, которые изображены на фотографиях, согласились на использование этих фотографий для иллюстрации брошюр, за что им особая благодарность.

Январь 2004

Эта брошюра является частью серии из восьми брошюр под следующими названиями:

1. Я не ребенок, но и не взрослый ...
(Вопросы о половом созревании)
2. Стать женщиной... Стать мужчиной ...
(Вопросы о девственности и браке)
3. Противоположный пол ...
(Вопросы об отношениях между парнями и девушками)
4. Больше чем просто друзья ...
(Вопросы о сексуальных отношениях)
5. Откуда берутся дети? ...
(Вопросы о беременности)
6. Иметь ребенка или нет - как это решается? ...
(Вопросы о контрацепции и бесплодии)
7. Запретный плод сладок ...
(Вопросы о курении, алкоголе и наркотиках)
8. Чтобы молодое поколение стало здоровым ...
(Вопросы о ВИЧ/СПИДе, БППП)

Если у вас возникли вопросы, относящиеся к темам, затронутым в этих брошюрах, пожалуйста, обращайтесь в региональное отделение:

Общественное Объединение
«Альянс по Репродуктивному
Здоровью»
Бишкек, ул. Советская, 101/135
Тел. (0312) 28 54 21
Эл. почта: rhak@infotel.kg

Информацию из этой брошюры Вы найдете на сайтах:

<http://www.unicef.org/magic/bank/youthhealth.html>

<http://www.gtz.de/srh/biblio/biblio1.html>